

悠久の時を越えて届く Yogaの教えとこの世の真実

2013
9.26
発売

バガヴァットギターカード Bhagavad Gita Card

読むだけでこの世の中で知るべき
すべての知識を学んだことになるといわれる
インドの叙事詩『バガヴァッド・ギター』。

そこには、何のために
Yogaをするのか？ Yogaのゴールとは？

さらには真実を理解するための
Yogaの教えまでもが記されています。

編纂より 2,000 年以上の時を経た今でも、多くの人が生き方の支えにしている
権威ある経典を、インドでの Yoga 指導経験を持ち、Yoga 哲学を深く修
めた向井田みおが、54 枚のカードという形で表現しました。

このカードを使えば、経典を読み解くことができなくても、そこに書かれて
いる教を学ぶことができます。

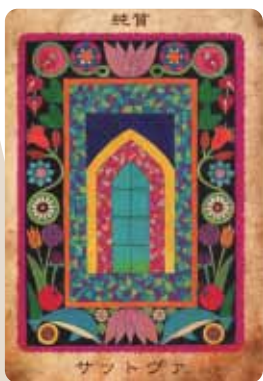
遙かなる時を越えて届く教を感じてみませんか？

世界と人間のありのままの事実を受け止め、自由で落ち着いた柔軟な心を手
に入れるための近道が、ここに 있습니다。



●商品仕様●
サイズ：H135×W100×D30[mm]
内容：カード全 54 枚
日本語解説書 (254p)
価格：3,675 円 (税込)

著者：向井田みお
イラスト：彩織り
発行・発売
株式会社ヴィジヨナリー・カンパニー



むかいだ
著者 向井田 みお

Mio Mukaida

1999 年北スペイン・カミノデコンポステラ巡礼時にヨーガに出会い、2003 年インド・バンガロール Vivekananda Kendra ヨガセラピー指導者コース修了。

その他インド各地で ヨガを学び、南インド・ケララ Sivananda Ashram TTC 修了。

2003-2005 年インド国内の Sivananda Ashram、Sivananda Center にて約 2 年インド人、西洋人にヨガ指導を行う。

2005 年ヒマラヤ・ウツラカシにて Sivananda Yoga Advanced ATTC 修了。

2006 年から南インド・ケララ Sivananda Ashram にて TTC の通訳・講義サポートコーディネーター。

計 4 回 TTC に参加し、100 名を超える日本人ヨーギーとインドにて、ヨガ修行に励む。

2005 年よりアドヴァイタ・ヴェーダンタ【一元論】学派では世界的に有名な指導者 Swami Dayananda Sarasvati 師に出会い、ヴェーダンタ、サンスクリット語を学び始める。

2009 年より、アンダーザライト ヨガスクール ティーチャートレーニングにて「ヨガ哲学」の指導を開始。

2010 年 4 月-2013 年 10 月南インド・タミルナドゥ州にあるスワミ・ダヤーナダサラスヴァティ師のアシュラム「グルクラム」にて伝統的パーニニ方式のサンスクリット語、『ウパニシャッド(奥義書、ヴェーダ聖典の最終的な教え)』、『バガヴァッドギター』、『ヴェーダ(聖典)』の斉唱、瞑想の 3 年の修行コースを修了。

現在も聖典を学び続けながら、アンダーザライト ヨガスクールにて Yoga 哲学、瞑想、サンスクリット語のクラスを担当中。